**Zeitschrift:** Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

**Band:** 25 (1968)

**Heft:** 4

**Artikel:** Jeunesse et Sport au stade expérimental

**Autor:** Lörtscher, Hugo / Witschi, Gerhard

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-997668

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

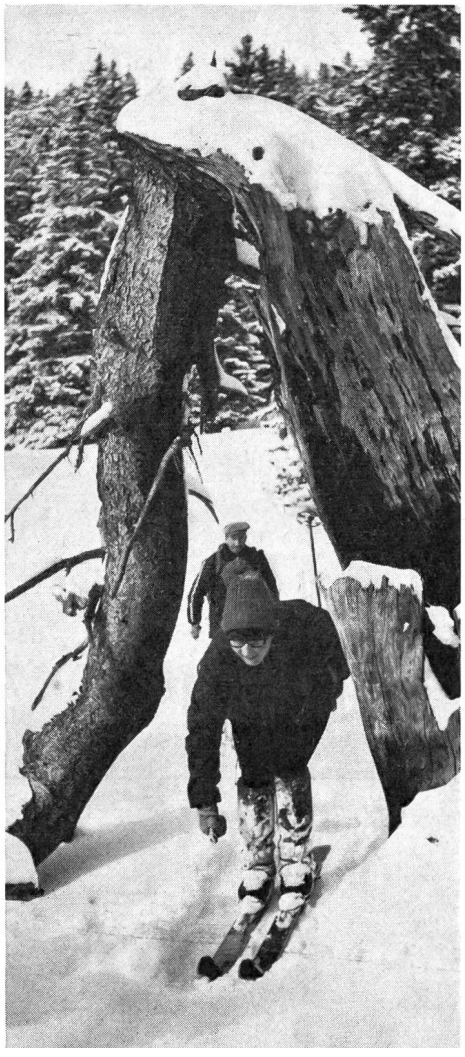
**Download PDF:** 01.10.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# Jeunesse et Sport au stade expérimental

Cours de ski pour jeunes filles

Hugo Lörtscher et Gerhard Witschi
Traduction: N. Tamini



Soleil, neige, bonne humeur et progrès encourageants, tels furent nos souhaits adressés aux 2000 jeunes filles qui, cet hiver, sont parties skier pour la première fois dans le cadre de Jeunesse et Sport.

A Montana, au début de la saison déjà, et presque sans neige, les professeurs de ski de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport initièrent à leur nouvelle tâche plus de 40 monitrices. Il s'agissait là de cours expérimentaux, branche sportive ski, de Jeunesse et Sport pour jeunes filles. Ces cours servaient à mettre à l'épreuve les programmes des matières, récemment élaborés, et à résoudre les problèmes particuliers à la jeunesse féminine: charge physique et psychique, organisation, direction, assistance, etc. En développant ainsi les aptitudes nécessaires et en cultivant la saine camaraderie, on réussit tout naturellement à augmenter le plaisir de skier. Cela vaut avant tout pour les jeunes filles, qui autrement n'ont guère l'occasion de pratiquer les sports d'hiver, aujourd'hui si onéreux. C'est à ce point de vue surtout que Jeunesse et Sport — officiellement encore enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports — se propose d'intervenir avec ses moyens. Et quels sont ces moyens? des monitrices et moniteurs bien préparés, disposés à œuvrer en faveur des jeunes; un matériel moderne et approprié, gratuitement disponible; enfin des subventions financières.

Précisons que cet encouragement de la saine activité sportive de nos jeunes filles de 14 à 20 ans concerne aussi nombre d'autres sports; il sera officiellement appliqué en 1970, à la condition qu'auparavant le peuple suisse accepte le nouvel article constitutionnel nécessaire.

Voici les nouvelles possibilités prévues en matière de ski et actuellement mises à l'épreuve:

— Pour les débutantes: un « programme de base » initiant à la technique du ski.

— Pour les moyennes à bonnes skieuses: application des programmes « allround » I et II.

— Quant à celles qui désirent se spécialiser, elles choisissent le programme « disciplines alpines » I et II. Ici, celles qui aimeraient bien faire de la compétition — et quelle jeune fille sportive n'en rêve pas aujourd'hui? — peuvent enfin mettre leur talent à l'épreuve d'une réalité blanche pas toujours uniforme, et ressentir ainsi ce qu'apporte le ski de compétition.

Chaque programme comprend un examen de branche sportive; on applique dans tous les cours le même test de condition physique qui comprend quatre exercices (à partir de la position assise: flexions des bras en suspension; couché sur le dos: flexion du tronc en avant; saut en longueur sans élan, « step-test »).

Quelque chose est donc offert à toutes les filles. Mais pour nous le plus important ce ne sont pas les skieuses d'élite, qui doivent principalement stimuler toutes les autres, être pour elles un exemple à tous points de vue. Pour les inactives, les indolentes, les indécises et celles qui, par timidité ou pour n'importe quelle autre raison, ne s'adonnent pas aux sports d'hiver. Il faut qu'ainsi beauté et valeur du ski soient mises à leur portée.

« A fond », telle était la devise de l'un des premiers cours expérimentaux de cet hiver. C'est aussi celle adressée aux responsables et aux monitrices qui travaillent à la préparation de Jeunesse et Sport pour jeunes filles.